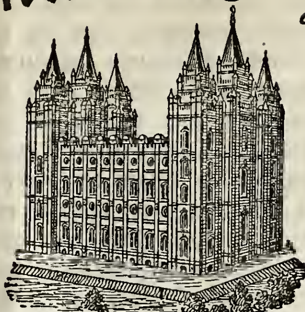
Skandinaviens Stjerne.

Organ for de Sidste-Dages Hellige.



Sandheden, Kundskaben, Dyden og Troen ere forenede.

Nr. 20. 15 Oktober 1903. 52 Aargang.

„Hvo, som dømmer en Sag, førend han hører den, er ikke viis".

Den eneste Vej til Salighed.

(Oversættelse efter Originalen: »The only way to be saved«.)

Af

Lorenzo Snow, en Apostel

af

Jesu Kristi Kirke af Sidste-Dages Hellige.

Gud, vor himmelske Fader, har fra Evighed fastsat saadanne Love og Anordninger, som, naar de blive rigtigt forstaaede og iagttagne, ville bringe Menneskenes Børn Kundskab og aandelige Gaver og Velsignelser. Fra Verdens tidligste Tider kom Folket i Besiddelse af disse fortrinlige Egenskaber og af forskjellige Særrettigheder ved at faa Kundskab om og ved tro at udøve de bestemte Forholdsregler, som Herren havde fastsat. Da for Exempel Abel fik Underretning om, at Ofring var indstiftet af Gud og forjættet med Velsignelser, iagttog han denne Orden og frembar sit Offer paa Alteret, hvorved han erholdt herlige Tilkjendegivelser om Guds Velbehag. Da Antediluvianerne nedsank i Ugudelighed og bleve modne til at ødelægges af Syndfloden, aabenbarede Herren et Middel, hvorved de Retfærdige kunde blive bevarede, og Alle, som gave Agt paa Ordet derom og adløde det, vare sikre paa at faa Del i den lovede Velsignelse. Josva, Israels Leder, maatte for at faa Overhaand over Jericho rette sig efter visse Forholdsregler, som Herren havde bestemt, og først da han havde iagttaget de befalede Formaliteter, faldt Staden i hans Besiddelse. Et andet Tilfælde have vi i Naaman, Høvdingen i den assyriske Hær; da det viste sig, at han var plaget med Spedalskhed, henvendte han sig efter sin Tjenestepiges Raad til Profeten Elisa for at blive hel-

bredet af ham. Profeten lod ham sige, at han skulde bade sig syv Gange i Jordans Flod. Naaman foragtede imidlertid dette Middel, der efter hans Mening var altfor ubetydeligt, og vægrede sig ved at benytte det. Men efter nøje Overvejelse ydmygede han sig og efterkom Befalingen. Hvad skete da? Den lovede Velsignelse paafulgte. Under den mosaiske Uddeling erholdtes Syndernes Forladelse efter samme Princip som de ovennævnte Velsignelser. Hvo, som ønskede at erholde Syndsforladelse, maatte føre et Dyr frem for Tabernaklets Dør, hvor det da blev ofret paa en egen Maade, og derefter fulgte de lovede Velsignelser.

Da den evangeliske Uddeling blev indført, erholdtes Gaver og Velsignelser efter lignende Principper eller, med andre Ord, ved Lydighed mod ufravigelige Lærdomme. Herren aabenbarede endnu visse Ordinancer med Forjættelse om særegne Rettigheder for de Lydige — de, som i enhver Henseende iagttoge disse bestemte Gjerninger og udførte dem paa den rette Maade. Nogle indbilde sig til ingen Nytte, at de herlige Tilkjendegivelser om Guds Naade, som fandt Sted under Evangeliets Uddeling, kun skete ved Tro og Omvendelse eller en aandelig Omstemning, uafhængig af ydre Jagttagelser eller udvortes Gjerninger. Men læg Traditioner, Overtro og menneskelige Trosbekjendelser til Side, og lad os slaa op i Guds Ord — i Bibelens hellige Blade — hvor vi ville faa at se, at under Evangeliets Uddeling vare ydre Gjerninger eller udvortes Ordinancer uadskilleligt forbundne med den aandelige Paavirkning til Tro og Omvendelse. Som Bevis herpaa skal jeg nævne følgende Skriftsteder. Frelseren siger: „Men hvorfor kalde I mig Herre, Herre, og gjøre ikke hvad jeg siger?" (Luc. 6: 45). Atter: „Derfor hver den, som hører disse mine Ord og gjør efter dem, dem vil jeg ligne ved en forstandig Mand, som byggede sit Hus paa en Klippe" (Matt. 7: 24). Og „hvo, som tror og bliver døbt, skal blive salig" (Mark. 16: 16). Ligeledes siger han: „Uden Nogen bliver født af Vand og Aand, kan han ikke indkomne i Guds Rige" (Joh. 3: 5). Disse Udtalelser af Frelseren lære os, at Menneskene for at blive frelste maa opfylde visse udvortes Gjerninger.

Paa Pinsefestens Dag sagde Peter til Folkeskaren, som omringede ham: „Omvender eder, og hver af eder lade sig døbe i Jesu Kristi Navn til Syndernes Forladelse; og I skulle faa den Helligaands Gave." Af denne profetiske Erklæring lære vi, at Folk for at erholde Syndernes Forladelse og derefter den Helligaands Gave maa opfylde en udvortes Handling (Daab i Vand). Men førend de efterkom de ydre Gjerninger, maatte deres Tro give sig tilkjende i den aandelige Bodfærdighed og Omvendelse. Tro og Omvendelse gaa forud for Daaben, og Daaben gaar forud for Syndernes Forladelse og Modtagelsen af den Helligaand. Derfor er den gjængse Daab eller rettere Bestænkning af smaa Børn ifølge Skriften baade unyttig og uforsvarlig; thi smaa Børn ere ikke istand til at øve de nødvendige Egenskaber: Tro og Omvendelse, som gaa forud for Daaben. Hvorfor da fordre denne udvortes Gjerning?

Nogle betragte det som fejlagtigt, at Daaben, der udøves til Er-

holdelse af Syndernes Forladelse, regnes til de vigtige Lærdomme, som ere indstiftede af Gud. Hertil svare vi, at Frelseren og Apostlene gjorde saaledes; derfor føle vi det som en Pligt for os at følge deres Exempel. Ødelæggelsen af vor Verden før Syndfloden ved Vand var et Forbillede paa Erholdelse af Syndernes Forladelse ved Daab. Synden dækkede Jorden, men de Retfærdige bleve bevarede og dog frelste fra Syndens Verden ved Vandet, hvis Modbillede — Daaben — nu frelser os, siger Peter (1 Peter 3: 21), ved at kalde den „en god Samvittigheds Pagt med Gud". Noah og hans Familie undgik Synd og Besmittelse ved Hjælp af Vandet; saaledes med Daaben — Modbilledet, som nu, hvis vi tro paa den store Forsoning paa Golgatha, frelser vore Sjæle fra Synd og Besmittelse. Mange forbauses over, at saadanne Velsignelser kunne modtages ved Daaben. Naaman, til hvem det blev sagt, at han skulde bade sig syv Gange i Jordan, var ogsaa forbauset, men ved at gjøre, hvad der blev ham paalagt, saa' han, at Guds Ord var Sandhed, hans Spedalskhed — den legemlige Besmittelse — blev fjernet og kom under Evangeliets Uddeling til at danne et Forbillede paa Syndernes Frigjørelse ved Tro, Omvendelse og Daab i Vand. Vi have set, hvorledes Naaman ved Hjælp af Vand erholdt en mirakuløs Velsignelse; ogsaa den blinde Mand, hvem Frelseren bød at bade sig i Siloams Dam, modtog sit Syn ved Vand.

Da Frelseren var bleven døbt, steg han strax op af Vandet, og den Helligaand kom over ham. Disse Exempler vise tydeligt, at Vand er bleven benyttet som et Hjælpemiddel, ved hvilket himmelske Velsignelser kunne erholdes. „Bliv døbt," siger Peter, „til Syndernes Forladelse" (Apg. 2: 38). Ananias siger til Saul (Apg. 22: 16): „Staa op, lad dig døbe og dine Synder aftvætte." Det siges om Folket i Byen Samaria, at de glædede sig efter at være blevne døbte af Philip. De frydede sig, fordi de havde faaet deres Synders Forladelse ved Daaben; det samme var Tilfældet med den æthiopiske Hofmand (Apg. 8: 39); da han steg op af Vandet og havde erholdt sine Synders Tilgivelse, fik hans Samvittighed Fred med Gud, og han drog glad sin Vej.

Nogle formode, at de kunne dyrke Gud efter hans Villie uden at være døbte, men Frelseren og hans Apostle lære os, at vi skulle døbes netop for at kunne dyrke Gud. „Bliv døbt," siger Peter, „til Syndernes Forladelse, saa skulle I faa den Helligaands Gave." At faa den Helligaands Gave er at faa Sandhedens Aand, som vidner om Gud. Tro og Omvendelse gik forud for Daaben; men Syndernes Forladelse og den Helligaands Gave fulgte denne Ordinance. Ethvert fordomsfrit Menneske kan se, at dette er i fuldkommen Samklang med Frelserens Udtalelse: „Uden Nogen bliver født af Vand og Aand, kan han ikke indkomme i Guds Rige." Dersom Guds Forjættelser kunde erholdes, førend Daab i Vand var foregaaet, vilde vor Frelser have sagt: født af Aand og Vand (se Joh. 3: 5); men han sagde: „Uden Nogen bliver født af Vand og Aand." „Hvad Gud har sammenføjet," siger Skriften, „skal Mennesket ikke adskille"; men vi adskille denne planlagte Orden, naar vi sige, at et

Menneske først maa fødes af Aand, dernæst af Vand, eller at et Menneske kan faa Guds Forjættelser — faa den Helligaand, før han er døbt.

Peter (Apg. 2 Kap.) prædikede den samme evangeliske Orden som ovenfor nævnt, da han sagde: „Omvender eder, og hver af eder lade sig døbe i Jesu Kristi Navn til Syndernes Forladelse; og I skulle faa den Helligaands Gave"; det vil sige: bliv „født af Vand", da skulle I blive „fødte af Aand". End ikke Paulus, som dog havde set den Herre Jesus i et Syn, modtog den Helligaand; han annammede ikke Forjættelsen, førend han havde faaet sine Synder aftvættede ved Daaben, som Ananias forrettede. Der er i den apostoliske Uddeling kun eet Tilfælde, hvor den Helligaand blev given før Daaben. Cornelius og hans Venner, som vare komne sammen for at høre Peters Budskab, modtoge den Helligaand før Daaben (Apg. 10: 44). Dette skete for at overbevise i al Fald Peter om, at ogsaa Hedningerne havde Ret til at faa Evangeliets Velsignelser. Cornelius og hans Venner vare Hedninger, og Peter vilde ikke have døbt dem, hvis han ikke først havde set Guds Kraft hvile over dem. Han betragtede Hedningerne som Barbarer og som alt for ugudelige og syndefulde til at erholde Evangeliets Privilegier sammen med den jødiske Nation — Guds Folk. Han forestillede sig, at de vare ude af Stand til at modtage den Helligaand og derved blive beredte til at indtage en Plads i Guds Rige med Abraham, Isak og Jakob og de jødiske Profeter; men da han til sin Forbauselse saa' den Helligaand hvile paa dem, udbrød han strax: „Mon Nogen kan formene Vandet, at disse ikke skulle døbes." Denne Modtagelse af den Helligaand før Daaben var en Undtagelse fra den almindelige Regel og havde sin Grund i særlige Omstændigheder, som vi allerede have vist. Gud kan, hvis han anser det for tjenligt, gjøre Undtagelser fra den almindelige Regel og uddele Velsignelser; men Mennesket kan det ikke; det maa iagttage den en Gang planlagte Orden, ellers har det ingen Fordring paa Forjættelsen. Efter at Elisa havde anvist Naaman den Maade, hvorpaa han kunde blive fri for sin Spedalskhed, kunde Gud godt, hvis han havde villet, have helbredet ham ad anden Vej; men Naaman kunde da ikke have paaberaabt sig Velsignelsen, før han havde fulgt den Fremgangsmaade, som var bleven ham betegnet (se 2 Kong. 5 Kap.). Dersom vi ville iagttage Evangeliets Orden, have vi faaet Løfte om, at vi skulle glæde os ved dets Velsignelser; i modsat Tilfælde have vi ingen Ret til at stille Fordringer, og det er værre end Daarskab for Mennesket at sige: „Herre, Herre!" og ikke gjøre hans Villie.

Det er klart paavist, at udvortes Gjerninger ere ligesaa nødvendige som Tro og Omvendelse for at opnaa Evangeliets Privilegier.

Daab i Vand udgjør en Del af Kristi Evangelium; derfor vare Guds Tjenere i tidligere Tider meget nøjeregnende med Udførelsen af denne Ordinance; det er tillige sandsynligt, at de, hvis ikke særlige Velsignelser havde efterfulgt Daaben, vilde have været mindre paapasselige med Hensyn til dens Overholdelse. Hvis der kun behøves Tro, Omvendelse og Bøn for at komme i Besiddelse af alle Evangeliets Velsignelser, hvilket Nogle antage, vilde Daaben jo kun være en frugtesløs og unyttig

Handling, som det ikke var nødvendigt at erholde. Naaman vilde have udført en fuldstændig unødvendig Gjerning ved at bade sig syv Gange i Jordans Vande, naar han alene ved Tro, Omvendelse og Bøn kunde være bleven befriet fra sin Lidelse. Det vilde ogsaa have været Taabelighed af Noah og hans Familie at bygge Arken, naar de kunde have erholdt de samme Velsignelser ved Tro, Omvendelse og Bøn. Og hvis Israeliterne kunde have opnaaet Tilgivelse for deres Synder alene ved Tro, Omvendelse og Bøn, vilde det have været unyttigt af dem at bringe et Dyr som Offer i dette Øjemed. Paa samme Maade under Evangeliets Uddeling; det maa kaldes meget ubesindigt og indskrænket af de tre tusinde Sjæle, som paa Pinsefestens Dage bleve døbte samtidig, at underkaste sig de med Daaben forbundne Besværligheder, hvis de kunde have opnaaet de samme Velsignelser alene ved at øve Tro, Omvendelse og Bøn. Den æthiopiske Hofmand vilde ikke have steget af sin Vogn og ledsaget Philip ned i Vandet, hvis han kun havde behøvet at omvende sig for at modtage Evangeliets Gaver; heller ikke vilde Ananias have befalet Saul at staa op og blive døbt og faa sine Synder aftvættede, hvis han ikke havde været fuldt forvisset om, at Daaben som en udvortes Gjerning nødvendigvis maatte gaa Haand i Haand med Troen og den aandelige Bodfærdighed, for at Saul kunde komme i Besiddelse af Evangeliets Fylde. Paulus vilde ikke have døbt de tolv Mænd, til hvilke der henthydes i Apg. 19 Kap., hvis aandelig Paavirkning kunde have givet dem den Helligaands Gave (1 Cor. 1: 14); heller ikke vilde han have døbt Stephanas og Crispus Husfolk eller Cajus og tilladt Apollos at „vande" eller døbe dem, som han havde „plantet" eller vakt til Troen (1 Cor. 3: 6), hvis ikke Daab havde været ubetinget nødvendig for at kunne erholde Evangeliets Privilegier; heller ikke vilde Peter, da han taler om Noah og hans Families Frelse ved Vandet, have sagt: „Hvis Modbillede — Daaben — nu frelser os" (1 Peter 3: 21); og Kristus vilde ikke have sagt: „Uden Nogen bliver født af Vand og Aand, kan han ikke indkomme i Guds Rige." Der kunde nævnes flere Beviser i denne Henseende, men der er allerede sagt tilstrækkeligt for at bevise, at Daaben er ubetinget nødvendig sammen med Tro og Omvendelse.

Vi ville nu for yderligere at komme til Klarhed over det foreliggende Spørgsmaal dvæle en kort Tid ved den oprindelige Betragtning af Daabens Praxis. Det er ganske øjensynligt, at der kun var een Vej eller Maade, paa hvilken denne Ordinance kunde forrettes, og denne Maade blev forklaret til Apostlene og strengt fastholdt i alle deres kirkelige Handlinger. For at erholde et korrekt Begreb om dette Emne vil det være nødvendigt at henvise til de Omstændigheder, under hvilke Daaben blev udført.

Det siges om Johannes, at han døbte i Ænon, fordi der var meget Vand paa det Sted. Hvis man paa den Tid havde brugt Bestænkning, vilde han næppe være gaaet til Ænon, fordi der var meget Vand, thi det Vand, som han kunde have faaet uden at rejse til Ænon, vilde jo have været mere end tilstrækkeligt til at bestænke Folk i Judæa. Vi lære endvidere, at han døbte i Jordan, og da han havde døbt Frelseren, steg

han op af Vandet, hvilket udtrykkelig tilkjendegiver, at han havde været nede i Vandet for at forrette Ordinancen paa den rigtige Maade. Der siges ogsaa om den æthiopiske Hofmand, at han gik ned i Vandet med Philip og steg derefter op af Vandet. Det maa nu indrømmes af Enhver, som gjør Fordring paa Fornuft og Forstaaelse, at hvis Bestænkning med lidt Vand paa Hovedet havde svaret til Øjemedet, vilde hverken vor Frelser eller den omtalte Hofmand være gaaet ned i Vandet for at modtage Ordinancen. Paulus giver os i sine Breve til de Hellige tydelige Vidnesbyrd om Rigtigheden af Neddypning (Col. 2: 12 og Rom. 5: 4). Apostelen skriver netop her, at de Hellige vare „begravne" med Kristus ved Daaben.

Det er indlysende, at de kunde ikke være „begravne" ved Daaben uden først at være fuldstændig nedsænkede i eller omgivne af Vand. Man kan ikke sige om en Gjenstand, at den er begravet, naar nogen Del af den er fri; altsaa kan et Menneske ikke være „begravet" i Vand ved Daaben, medmindre det hele Legeme er nedsænket i det vaade Element. Denne Forklaring af Apostelen om Daabens Maade stemmer meget smukt med den, som Frelseren gav: „Uden Nogen bliver født af Vand" o. s. v. At blive „født" af Noget betyder at være frembragt fra et Element til et andet; at blive „født af Vand" maa altsaa betegne først at være indesluttet i Vandets Skjød og derefter at bringes frem derfra. Jeg tror, at der allerede er sagt tilstrækkeligt for at overbevise ethvert fornuftigt og fordomsfrit Sind om, at Neddypning var den Maade, hvorpaa Daabens Ordinance blev forrettet i Kristenhedens tidligste Dage, da Evangeliet blev kundgjort i sin Renhed og Fylde; jeg vil derfor slutte mine Undersøgelser angaaende dette Punkt.

Vi lære fra Hebræerbrevets 6 Kap., at Haandspaalæggelse henregnes til Evangeliets Principper. Det er velbekjendt, at denne Ordinance saavel som Daaben ved Neddypning til Syndernes Forladelse ganske tilsidesættes i Nutiden af Kristenhedens Kirker; jeg haaber derfor, at nogle faa Bemærkninger om dette Emne kunne hjælpe til at forstaa dette Princips Værdi. Vi kjende adskillige Tilfælde, hvor Kristus lagde sine Hænder paa de Syge og helbredte dem, og til Apostlene siger han (Mark. 16 Kap.): „Disse Tegn skulle følge dem, som tro; paa de Syge skulle de lægge Hænder, og de skulle helbredes" o. s. v. Ananias lagde sine Hænder paa Saul, som strax efter, at denne Ordinance var udført, fik sit Syn. Da Paulus var skibbruden paa Øen Melita, lagde han sine Hænder paa Publius' Fader, Øens Landshøvding, og helbredte ham for Feber og Blodgang. Disse faa Exempler vise tydeligt, at Haandspaalæggelse er fastsat i Evangeliets Plan som et Hjælpemiddel, hvorved himmelske Velsignelser kunne erholdes.

Skjøndt Helbredelsen af de Syge var knyttet til Udøvelsen af denne Ordinance, saa ville vi dog, naar vi forfølge Emnet videre, opdage, at der var knyttet en endnu større Velsignelse til denne Ordinance. Vi læse om, at Philip døbte Mænd og Kvinder i Staden Samaria, og de Døbte ytrede stor Glæde. Det er rimeligt, at deres Glæde var en Følge af deres Synders Tilgivelse, som de havde modtaget ved Tro, Omvendelse

og Daab, og at den tillige var en Følge af den Del af Guds rene Aand, der naturligt fulgte dem, efterat de havde annammet en god Samvittighed ved deres Synders Forladelse. Ved den Del af den Helligaand, som de kom i Besiddelse af, begyndte de at se Guds Rige. Thi det vil erindres, at vor Frelser har erklæret, at Ingen kan se Guds Rige uden at være født paany, og i det følgende Skriftsted siger han, at Ingen kan indgaa i det uden at være født tvende Gange: først af Vand, dernæst af Aand. Folket i Samaria var nu bleven født af Vand — de havde annammet den første Fødsel og vare derfor i en saadan Tilstand, at de kunde se Guds Rige og med Troens Øje skue dets forskjellige Velsignelser, Privilegier og Herligheder; men da de ikke vare fødte anden Gang, det vil sige af Aanden, vare de ikke indkomne i Guds Rige — de vare endnu ikke komne i Besiddelse af Evangeliets Privilegier i dets Fylde. Da Apostlene i Jerusalem hørte om Philips gode Fremgang, sendte de Peter og Johannes til Samaria for at give Haandspaalæggelse, og da disse kom til Byen, lagde de i Overensstemmelse hermed deres Hænder paa dem, der vare døbte, og de fik den Helligaand. Simon den Troldmand, som iagttog, at den Helligaand blev given ved Hænders Paalæggelse, tilbød Apostlene Penge, hvis de vilde forlene ham med den samme Myndighed til at forrette denne hellige Ordinance; det fremgaar heraf, at de nævnte Folk i Samaria bleve „fødte" af Aanden og indkom i Guds Rige — sattes i Besiddelse af Evangeliets Velsignelser — ved det bestemte Middel: Haandspaalæggelse. Vi ville nævne et lignende Tilfælde, som findes optegnet i Apg. 19 Kap.: Paulus, fortælles der, fandt i Ephesus tolv Disciple, paa hvem han lagde sine Hænder, og de modtoge strax den Helligaand; det var nemlig ved denne Ordinance, at de fik den aandelige Fødsel og indkom i Guds Rige.

Dette var da Evangeliets Orden i Apostlenes Dage: Tro paa Jesus Kristus, Omvendelse, Daab ved Neddypning til Syndernes Forladelse og Haandspaalæggelse for Modtagelsen af den Helligaand. Saa ofte denne Orden blev rigtig forstaaet og iagttaget, efterfulgtes den af Egenskaber, Gaver, Velsignelser og herlige Privilegier; og i enhver Tid og Periode, hvor disse Skridt følges med tilbørlig Opmærksomhed og adlydes i deres rette Sammenhæng, kan man være sikker paa, at de samme Velsignelser ville følge; men naar denne Orden ringeagtes, helt eller delvis, ville disse Naadegaver enten helt udeblive eller kjendelig aftage. Ved Overdragelsen af Myndighed og Fuldmagt til Apostlene taler Kristus om nogle overordentlige Gaver til dem, som bøjede sig i Lydighed for Evangeliets Orden (se Mark. 16 Kap.). Paulus (1 Cor. 12 Kap.) opregner fuldstændigt de forskjellige Gaver, der tilhøre Evangeliet i dets Fylde; han nævner ni af dem og indprenter os, at de alle ere Virkninger eller Frugter af den Helligaand. Den Helligaand blev forjættet til Alle, ja til saa mange, som Herren vilde kalde (se Apg. 2 Kap.).

(Fortsættes Side 315).

15 Oktober 1903.

Ny Aabenbaring.

Mange af vor Tids Theologer og religiøse Lægfolk sige, at der ikke er nogen Grund til at tro, at Gud mere vil aabenbare sig til Menneskene: For det Første, fordi saadan Aabenbaring ikke er nødvendig; for det Andet, fordi det ikke stemmer overens med Kristendommens almindelige Tænkemaade; for det Tredie, fordi der ikke er tilstrækkeligt Bevis for, at Aabenbaring er bleven givet til Verden siden Apostlenes Dage, og for det Fjerde, fordi saadanne nye Aabenbaringer betragtes som unyttige i vore borgerlige Anliggender og i Gejstlighedens Raad.

De Religiøse, Læg og Lærd, som have drøftet denne Sag, have søgt at bevise, at ny Aabenbaring er falsk, endskjøndt de ikke kunne blive enige om Sagens Begrundelse; de ere dog komne til det Resultat, at de saakaldte nye Aabenbaringer, som tjene til en Bekræftelse af Joseph Smiths guddommelige Mission, ikke ere paalidelige. Med andre Ord: „Vi have ingen Grund til at tro," siger Kristenhedens Theologer, „at Gud nogensinde har tilkjendegivet sin Villie til noget Menneske, saaledes som han gjorde til Moses, Esaias og Johannes."

Det er, kort sagt og uden Omsvøb, den store Del af Kristenhedens Standpunkt, at Gud ikke mere vil kundgjøre sin Villie til Menneskene; hvad han tidligere har sagt er nok; hans aabenbarede Villie til Moses, Esaias, Johannes og andre fordums Profeter er tilstrækkelig for dem, som følge Kristus i vore Dage. De Sidste-Dages Hellige komme i denne Tid frem for Verden og gjøre stærke Indvendinger herimod og sige, at en saadan Paastand er ulogisk, urimelig og falsk, samt bære Vidnesbyrd til alle Folk om, at Gud lever, og at han lige saa meget i vore Dage som i noget Afsnit af Verdenshistorien aabenbarer sin Villie til dem, som tro paa ham og følge hans Befalinger. Herrens Ord er ikke sluttet med Bibelen. Gud har aldrig sagt, at han for bestandigt vil ophøre med at tale til Menneskene. Hvis det tillades os at tro, at Gud har talet til Jorden i fordums Dage, kunne vi ogsaa være forvissede om, at han vil tale til os i disse Dage, eftersom han er evig og uforanderlig. Hans Befalinger til Abraham vare ikke tilstrækkelige for Moses; heller ikke vilde hans Aabenbaringer til Moses have været tilstrækkelige for Esaias. Hvorfor ikke? Fordi disse Mænd i deres forskjelligartede Virkekredse behøvede særskilte Love og Befalinger, og dette vil ogsaa, følgerigtig set, være Tilfældet, naar der tales om Profeter og Folk i vore Dage. En fremadskridende Verden kan ikke komme i Besiddelse af al Sandhed, førend dens Indbyggere blive bekjendte med al den Kundskab, som Himlene besidde. Hvorledes skulle Menneskene blive bekjendte med Faderens Kundskab? Kun derved, at han aabenbarer den for dem.

Dersom det nu tillades os at tro, at Herren i fordums Dage aabenbarede sig til sit Folk, hvis Gjerninger vi læse om i den hellige Skrift, saa synes jeg ikke, at det er en fornuftstridig Opfattelse, at han ogsaa i disse Dage skulde aabenbare sig til andre af sine Børn, som ønske at lade sig vejlede ved den Helligaands Inspiration. Alle nye Sandheder, som lede til Udførelsen af gode Gjerninger i et Menneskes Liv, ere i og for sig selv Aabenbaringer fra Gud; og hvis der ikke blev aabenbaret mere Sandhed, kunde Menneskene ikke gaa fremad i denne Verden. De vilde, hvis de bleve overladte til sig selv, gaa tilbage, efterdi de vilde være udelukkede fra det Lys og det Liv, som udspringer fra al Kundskabs store Kilde, ja, fra Alles Fader.

Hvad er Aabenbaring, hvis den ikke er Sandhed, der kommer fra ham, som er al Sandheds Ophav. At sige, at ny Aabenbaring ikke er nødvendig, vilde være det samme som at sige, at vi behøve ingen nye Sandheder, og vi vilde derved gjøre os skyldige i en taabelig Paastand! Vi kunde lige saa godt sige, at de Aabenbaringer, som Abraham i sin Tid modtog, vare tilstrækkelige for Profeterne; at de Aabenbaringer, der bleve givne til Enok, vare tilstrækkelige for Noah, hvis Mission var at bygge Arken og prædike Omvendelse; at Herrens aabenbarede Ord til Moses var tilstrækkeligt for alle Tider, eller at de Forjættelser, som Abraham annammede, vilde være nok for hans Børn i kommende Tidsaldere. Men det forholder sig ikke saaledes. Uagtet der blev givet Abraham store Løfter, blev Guds Ord ikke tilbageholdt fra hans Søn Isak eller hans Sønnesøn Jakob. Hvorfor ikke? Fordi de ikke kunde have udført deres Mission alene ved Hjælp af det Guds Ord, som var bleven kundgjort til deres Fader og Andre. Og hvorledes kunde de Troendes Fader have udført sin Gjerning efter den Undervisning, som Noah havde modtaget? Kunde de Aabenbaringer, der vare givne de forrige Patriarker og Profeter, have tjent Peter eller Paulus til nogen synderlig Nytte? Sandt nok, de vare til Nytte paa Grund af de historiske Sandheder og Lærdomme, som de indeholdt, men de vare ikke tilstrækkelige til deres personlige Vejledning. Paa samme Maade behøve vi, som leve i Nutiden, vedvarende Aabenbaring til vor personlige Vejledning, saa at vi kunne udføre vor Livsgjerning til Velbehag for vor Fader og bedre forstaa, hvorledes vi kunne opnaa en evig Frelse i hans Nærværelse, og ligeledes for at vi kunne kjende Guds Villie angaaende hans Kirke, hans Folk og hans Bestemmelser med Hensyn til Menneskeslægten. Dette er nogle af de mange Beviser for Nødvendigheden af ny og fortsat Aabenbaring.

Hvis den nævnte Opfattelse, at ny Aabenbaring ikke „stemmer overens med Kristendommens almindelige Tænkemaade", er rigtig, saa maa Skylden søges deri, at den kristne Verden har vendt sig bort fra Gud og er bleven splidagtig med sig selv, saa at de saakaldte Kristne ikke

længere kunne betragtes som Guds Folk eller Kirke. Maaske ere de frafaldne og have fornægtet og forkastet den store Elohim. Hvis den saakaldte Kristendom var den sande Guds Kirke og ikke en Mængde stridende Sekter, vilde intet fornuftigt Menneske betragte det som utroligt, at Kirkens højere Embedsmænd modtoge Aabenbaring fra Gud til Vejledning for Kirken; heller ikke vilde det være usandsynligt at tro, at hvert enkelt Medlem af Kirken kunde faa Aabenbaring til sin personlige Nytte og Gavn, til Vejledning for sit Livs Vandel, til Erholdelse af Kundskab og Forstand og til Bedømmelse af Guds Ord, der gives ved Kirkens Ledere. Det Ene vilde slet ikke stride imod det Andet. Der vilde være fuldstændig Enighed, inspireret ved Aabenbaring fra Kirkens store Overhoved, Jesus Kristus, som siger: „Dersom I ikke ere eet, ere I ikke mine." Under saadanne Forhold behøvedes der ingen lønnede Præsteembeder; det ene Medlem af Kirken vilde være ligesaa nyttigt som det andet til at lære, bære Vidnesbyrd og give Undervisning; thi Alle vilde være inspirerede ved den samme Aand, og den Ene vilde staa den Anden bi. Aabenbaring til Kirken og personlig Aabenbaring ere ikke uforenelige med sand Kristendom; men de ere tværtimod meget nødvendige for at forene de sande Kristne til een sand Kirke med Kristus som Overhoved.

Som Svar paa den Paastand, at „der ikke er tilstrækkeligt Bevis for, at Aabenbaring er bleven givet til Verden siden Apostelens Dage", er det blot nødvendigt at sige, at der findes ligesaa gode Beviser for, at Profeten Joseph Smith havde Besøg af himmelske Væsener, som der findes for, at Abraham, Moses eller Enok saa' Gud. Mænd have med al Troværdighed erklæret, at de med deres egne Øjne have set og hørt Guds Engle. Desuden indeholde de Aabenbaringer, som gaves Profeten Joseph angaaende Jesu Kristi Kirke af Sidste-Dages Helliges Institutioner — dette store og underfulde Værk — i sig selv Beviser nok til at bekræfte Sandheden af, hvad han forkyndte, nemlig, at han havde Besøg af himmelske Personer, iblandt hvilke vare Faderen og Sønnen.

Med Hensyn til Nytten af ny Aabenbaring, som i Korthed er fremstillet i det Foregaaende, vil jeg sige, at Aabenbaring er nødvendig, selv om den ikke anerkjendes af de borgerlige Institutioner. „Giver Kejseren det, som Kejserens er, og Gud det, som Guds er." Den Almægtige har til alle Tider vidst — trods Mangel paa Anerkjendelse af de borgerlige Institutioner — at faa sine Hensigter udførte gjennem sin Kirkes Institutioner, saaledes ogsaa i denne Tid og Slægt.

Vort Vidnesbyrd er, at Gud lever, og at han ved sin Aands Kraft taler til alle dem af sine Børn, som søge ham og tro paa ham; at han kundgjør sin Villie til dem angaaende det, som vedrører Kristi sande Kirke, og ligeledes i Tilfælde, hvor hans Børn søge efter guddommelig Inspiration til Vejledning i deres personlige Anliggender.

(»Era«.) Joseph F. Smith.

Den eneste Vej til Salighed.

(Slutlet fra Side 311.)

Da denne Gave er uforanderlig i sin Natur og sine Virkninger og uadskillelig knyttet til Forjættelse til Evangeliets Lære eller frelsende Plan, saa er det baade stemmende med Fornuft og jævnførligt med Bibelen at glæde sig til de samme Gaver og Velsignelser. Og hvis Noah, da han havde bygget Arken, kunde fordre en timelig Frelse efter Forjættelsen; eller hvis Josva, da han havde omgaaet Jericho det bestemte Antal Gange, kunde gaa over dens nedstyrtede Mure og tage Indbyggerne til Fange; eller hvis Israeliterne, da de havde bragt den befalede Ofring, kunde erholde den lovede Tilgivelse af deres Synder; eller hvis Naaman, da han havde rettet sig efter Profeten Elisas Raad og badet sig syv Gange i Jordans Vande, kunde begjære og opnaa Helbredelse; eller endelig hvis den blinde Mand, da han havde badet sig i Siloams Dam, kunde fordre og føle den lovede Belømning, saa siger jeg med fuld Føje og Følgerigtighed, at naarsomhelst Nogen vil lægge sine Fordomme, sekteriske Begreber og falske Traditioner tilside og handle efter enhver Orden ifølge Jesu Kristi Evangelium, da er der Intet under Himlen, som kan hindre ham i at fordre eller annamme den Helligaands Gave og alle de Velsignelser, som vare knyttede til Evangeliet i den apostoliske Tidsalder. For at faa en Religion, der vil frelse os til Guds Nærværelse, maa vi have den Helligaand, og for at faa den Helligaand maa vi tro paa den Herre Jesus Kristus og omvende os fra vore Synder (det er at forsage dem); men vi maa gaa videre og modtage Neddypningens Daab til Syndernes Forladelse og derpaa erholde Hænders Paalæggelse. Der er dog noget, som jeg endnu ikke har nævnt, og det er en Sag af højeste Vigtighed. Det, jeg sigter til, vedrører Myndighed og Fuldmagt til at forrette Daabens og Haandspaalæggelsens Ordinance. Dersom den ikke udføres af En, som er et virkeligt Sendebud fra Gud, ville de samme Velsignelser ikke følge. Apostlene og de Halvfjerds bleve beskikkede af Jesus til at forrette Evangeliets Ordinancer, ved hvilke de himmelske Verdeners Gaver og Velsignelser kunde nydes. Derfor siger Kristus til Apostlene: „Hvem I forlade Synderne, dem ere de forladne, og hvem I beholde dem, ere de beholdne" (Joh. 20: 23); det vil sige, Enhver, som vilde komme i Ydmyghed — oprigtigt omvendende sig fra sine Synder — og modtage Daab af Apostlene, skulde faa sine Synder tilgivne formedelst Jesu Kristi forsonende Blod og skulde under Haandspaalæggelse modtage den Helligaand; men de, som vægrede sig ved at modtage Apostlenes Budskab, vilde fremdeles blive i deres Synder. Med dette for Øje siger Paulus: „Vi ere en Livsens Lugt til Liv, eller en Dødsens Lugt til Død!" Han var en Herrens Tjener „til Liv" for dem, som annammede Evangeliet, som han havde Myndighed til at administrere, men en Tjener „til Død" for dem, som ringeagtede ham i denne Tjeneste. Denne Myndighed og Fuldmagt til at betjene Evangeliet blev beseglet paa andre af Apostlene; Apostlene vare saaledes ikke de eneste, som havde Ret til at udføre denne ansvarsfulde Tjeneste. Og enhver

Mand i enhver Tidsalder, som har Autoritet til at tjene i Evangeliets Fylde, bliver i denne Henseende ligesom Apostlene et Sendebud af Liv til Liv eller af Død til Død, eftersom hans Budskab bliver modtaget eller forkastet. Indtil man derfor kan finde Nogen, som holder en Tjeneste ligesom denne — Nogen, som holder denne Myndighed og Fuldmagt til at døbe og lægge Hænder paa, har Ingen nogen Forpligtelse til at modtage disse Ordinancer; heller ikke behøver Nogen at forvente Velsignelserne, undtagen de ere rigtigt forrettede ifølge Evangeliet.

Det er en øjensynlig Sandhed, at Myndigheden til at prædike og tjene i Evangeliets Ordinancer har været borttaget i mange Aarhundreder; thi ingen Mand kan besidde denne Autoritet, undtagen han erholder den ved ligefrem Aabenbarelse, enten ved Guds egen Røst, som Tilfældet var med Moses, eller ved Engles Tjeneste, som da Johannes den Døber modtog sit Budskab, eller ved Profetiens Gave, som da Paulus og Barnabas modtoge deres Gjerning (Apg. 13: 2). Det er imidlertid sikkert, at Menneskene ikke have troet paa umiddelbar Aabenbarelse i mange Aarhundreder; følgelig have de heller ikke modtaget nogen saadan og kunne derfor ikke kræve Folks Tro paa, at de ere sendte af Gud til at tjene i Evangeliets Fylde. Gud udsendte aldrig Nogen i sin Gjerning, undtagen han paa en tydelig Maade aabenbarede dette Budskab for ham. Kirken, som ledede af Apostlene, faldt gradvis fra, „flyede ud i Ørkenen"; og da den havde mistet sin Autoritet (sit hellige Præstedømme) og var afveget fra Guds Orden, mistede den ogsaa sine aandelige Naadegaver; den brød Lovene og forandrede Evangeliets Ordinancer; omskiftede Neddypning med Bestænkning og forkastede fuldstændig Haandspaalæggelse; ringeagtede Profeti og tvivlede om de medfølgende Tegn (Aab. 12: 6 — Esaias 22: 5 — Mark. 16: 17—18). Som en Følge af denne Tilstand have Hedningerne været udelukkede fra Evangeliets fuldkomne Privilegier, ligesom Paulus sagde til dem i Romerbrevet (11 Kap.), at ligesom Gud ikke sparede „de naturlige Grene" (Jøderne), saa vilde han heller ikke spare dem, men afhugge dem, dersom de ikke vedbleve i „Guds Godhed" (Evangeliet).

Johannes, som i sin „Aabenbaring" saa' og skrev om Kvinden — Kirken, der flyede ud i Ørkenen, og om Dyret — Hedningerne, der førte Krig mod de Hellige og overvandt dem (13: 7), taler i det samme Kapitel om Gjenoprettelsen af Evangeliet: „Jeg saa' en anden Engel flyve midt igennem Himmelen, som havde et evigt Evangelium at forkynde dem, som bo paa Jorden" (7: 5—6). Det er saaledes øjensynligt, at denne Profeti maatte opfyldes førend vor Frelsers anden Tilkommelse.

For at Folk, hvem denne Afhandling kommer i Hænde, ikke skulle have nogen Undskyldning paa Herrens store og tilkommende Dag, bærer jeg nu Vidnesbyrd om med den højeste Borgen for ved Aabenbaring fra Gud, at denne Profeti allerede er bleven opfyldt, at en Engel fra Gud har besøgt Menneskene i disse sidste Dage og gjengivet, hvad der saa længe har været borte, ja endog Præstedømmet — Rigets Nøgler, det evige Evangeliums Fylde — og befalet Menneskene at raabe: „Se, Brudgommen kommer; gaar ham imøde!" Han har befalet dem at kalde de

vise Jomfruer (Matt. 25: 6) op af deres Slummer og blive døbte til deres Synders Forladelse, saa at de kunne faa den Helligaands Gave og derved „gjøre deres Lamper til rette" og paa denne Maade være rede til at udholde Brudgommens Komme; thi, som Malachias siger (3: 2), „hvo udholder hans Tilkommelses Dag? og hvo kan bestaa, naar han lader sig se? thi han er som Smelterens Ild og Tvætterens Sæbe." Svaret derpaa: Kun de, som nu omvende sig fra deres Synder og annamme det Budskab, Gud sender dem, og som ville forsage deres falske Traditioner og fri sig fra den visnende og formørkende Indflydelse fra en lejet Præstestand, som Gud ikke har sendt, og som han ikke finder Velbehag i. Jeg bærer nu Vidnesbyrd om og siger i Jesu Kristi Navn, at Herren, Abrahams, Isaks og Jakobs Gud, har sendt mig for at sige til eder: Gaar bort fra Babylon, o, I Guds Folk, o, I vise Jomfruer, thi ellers blive I delagtige i hendes Synder, og I ville rammes af hendes Plager! (se Aab. 18: 4). Jeg siger i Jesu Kristi Navn og ved den Helligaands Vidnesbyrd, at Guds Fortørnelse er optændt mod den religiøse Verdens Affskyeligheder, Skinhellighed og Misbrug, og fra Himlene har han udtalt sin Fortørnelse mod dem, som „prædike for Penge og lære for Vindings Skyld", og med mindre de hastig omvende sig, lade sig døbe til deres Synders Forladelse og annamme det Budskab, som fra den Almægtige nu udgaar til alle Folk, ville de ikke være istand til at udholde Menneskenes Søns anden og herlige Tilkommelse, som er nær, ja stunder saare nær til — o, I Jordens Indbyggere!!

Styrkende Kost.

Madtillavningen har i alle vigtige Kulturperioder spillet en stor Rolle i Menneskenes Tilværelse, fordi det er Madens Næringsværdier, der legemlig taget opholde os fra Dag til Dag. Det er derfor ikke ligegyldigt, hvad eller hvor meget vi spise af de forskjellige Fødevarer, som ere i Handelen; det, det kommer an paa, er at forstaa og kjende deres Næringsværdier og den Indflydelse, de have paa vort daglige Velbefindende, der jo er den halve Tilværelse. Mange Sygdomme og daarlige Tilbøjeligheder hos Menneskene i vore Dage ere tidt en Følge af daarlig Sammensætning af Kosten. Det er derfor en betydningsfuld og værdig Opgave for alle Husmødre at lægge sig efter en fornuftig og forstandig Madlavning, saaledes at Maden bliver baade velsmagende og nærende og ikke behøver ophidsende Drikkevarer for at glide ned.

De Sidste-Dages Hellige have Grund til paaskjønne Visdomsordet.*) Det har i en Menneskealder lært dem om Spise og Drikke i mere vidtstrakt Betydning, det indbefatter deres „timelige Frelse"; der knytter sig Forjættelser til det, og det er givet som en Advarsel paa Grund af „ondskabsfulde Rænker" i de sidste Dage; derfor tilkommer der det al den Opmærksomhed, det fortjener; men vi have tillige Grund til at give

*) Pagtens Bog: Kapitel 89.

Agt paa alle gode Raad, der tage Sigte paa lignende Ting. I et af „Agitatoren"s sidste Numre finde vi en Artikel af Povl Heiberg, som vi nedenstaaende tillade os at aftrykke. Red.

„Atter og atter komme Folk til deres Læge og forlange „noget Styrkende", men de færreste gjøre sig klart, hvilke Fordringer der maa stilles til en styrkende Kost.

Hovedfordringen maa selvfølgelig være, at den styrkende Kost tilfører Legemet nye Kræfter i rigelig Mængde, eller med andre Ord, at der frigjøres mange Varmeenheder — megen Energi — under Kostens Omsætning i Legemet. Men en anden uafviselig Fordring til en styrkende Kost er, at den ikke har saadanne Bivirkninger, at den i Virkeligheden gjør Fortræd.

Baade Morfin og Alkohol kunne, naar de nydes i store Mængder, dække en lille Brøkdel af Legemets Energiforbrug, men begge udøve i de store Doser, der her er Tale om, en saa giftig Indvirkning, at de blive fuldstændig ubrugelige som styrkende Kost. Et ganske rammende Billede om Brugen af Alkohol som styrkende Kost er nylig brugt af en aandrig Franskmand, idet han udtrykte sig paa følgende Maade: „Hvis man føder et Menneske med alkoholiske Drikke, bærer man sig ikke klogere ad end den Maskinmester, der gav sig til at „føde" sin Dampmaskine med Svovlsyre. Svovlsyren udviklede vel den nødvendige Damp til at drive Maskinen, men inden ret lang Tid havde Svovlsyren samtidig ved sin ætsende Virkning ødelagt saa store Dele af Maskinen, at denne blev ubrugelig."

Den mest styrkende Kost for et Menneske er den Kost, der tilfører ham hverken mere eller mindre Varme (Energi) end den, han paa det givne Tidspunkt har Brug for.

Vilde man tilføre en sengeliggende Mand samme Kost som en strengt arbejdende Skovarbejder, vilde man ingenlunde styrke denne Mand i nogen særlig Grad, men derimod rimeligvis bringe hans Fordøjelse i Uorden. Man regner nemlig, at en Mand, der holder sig fuldstændig i Ro, forbruger daglig omtrent 2000 Varmeenheder, medens en haardt arbejdende Skovarbejder kan bruge 4 Gange saa mange Varmeenheder — altsaa 8000.

Fra gammel Tid er der nedarvet en vis Levemaade i vort Folk, noget vexlende efter Land og By og efter de enkelte Familiers større eller mindre Evne til at betale, men i alt Fald paa flere Punkter svarende nogenlunde til de Fordringer, der efter vor nuværende Viden maa stilles til en fornuftig valgt Kost.

Kun overfor den Kostordning, der efter gammel Sædvane bydes smaa Børn, maa man sige, at den ofte tidligere fjernede sig i høj Grad fra det formaalstjenlige, men netop paa dette Punkt er der i de sidste Aartier sket en ikke ringe Forandring, og i Øjeblikket tør man vistnok paastaa, at man oftere træffer spæde Børn end voxne, som faa en virkelig styrkende Kost.

En af Aarsagerne hertil er rimeligvis, at det er langt lettere at be-

dømme et lille Barns Kost, idet man her i Mængden af den indkjøbte Mælk har en Maalestok for Kostens Styrke. En halv Pot sød Mælk svarer til 350 Varmeenheder — en Pot altsaa til henved 700 Varmeenheder.

Langt vanskeligere er det at afgjøre, om et større Barns eller et voxent Menneskes Kost er styrkende eller ej.

Den gamle Regel, at man ikke staar sig ved at kjøbe sin Kost paa Apotheket i Stedet for paa Torvet, gjælder naturligvis stadig, men det er tillige nødvendigt at huske, at man ogsaa kan kjøbe en meget uheldig Kost paa Torvet. Den her kjøbte Kost kan være uheldig valgt baade med Hensyn til Mængde og med Hensyn til Sammensætning, og i begge Tilfælde bliver Kosten mindre styrkende. Den rigelige Mængde alene gjør ikke en Kost styrkende — et Forhold, som man har rig Lejlighed til at se paa de ikke faa overnærede svagelige Børn, der findes i velstillede Hjem i de større Byer. Et Menneske, der faar mere Kost, end han paa det givne Tidspunkt har Brug for, bliver ikke kraftigere af selv den mest energirige, den mest styrkende Kost som kan opdrives, thi Forarbejdelsen af den overflødige Kostmængde tærer netop paa hans Kræfter.

En ensidig Sammensætning af Kosten kan ligeledes bevirke, at en endog meget energirig Kost forfejler sit Maal: at styrke Familiens Medlemmer.

Ikke faa Husmødre mene, at jo rigeligere de bruge Kjødspiser og andre æggehvideholdige Retter, desto kraftigere og desto mere styrkende bliver Kosten. Forholdet er imidlertid det, at vel kræves der en vis Mængde Æggehvidestoffer i Kosten, men stiger deres Mængde over en vis Grændse, medføre de — vel mest paa Grund af Stoffer, der som oftest findes sammen med dem — forholdsvis let sygelige Forandringer. At Gigt (urinsur Diathese) for Tiden er Modesygdommen, hænger maaske noget sammen med den Svingning over paa en ensidig Kjøddiæt, som i ret store Kredse har fundet Sted i Løbet af de sidste Aartier.

Men Kostens Energiværdi, Energimængde kan ogsaa være for ringe, og dette kan være Tilfældet, uagtet de paagjældende Personer føle sig mætte og synes, at de faa tilstrækkelig Kost. Dette Forhold støder Lægen af og til paa, naar han giver sig til at regne sine Klienters Kost ud med Hensyn til dens Næringsværdi, dens Energimængde. Herved kan det undertiden vise sig, at endog meget velstaaende Folk kun faa $^2/_3$ af den Energimængde, som de trænge til.

I denne korte Skitse kan der selvfølgelig ikke være Tale om en Gjennemgang af vore sædvanlige Fødemidler med Hensyn til deres større eller mindre Værdi som styrkende Kost, men kun om ved Hjælp af nogle faa tilfældig valgte Exemplarer at kaste et lille Strejflys ind over dette store og vanskelige Omraade.

Takket være den velordnede Undervisning, som den norske Stat har ladet en Række Skolekjøkkenlærerinder gjennemgaa, begynder man nu rundt om i Norge at træffe paa Husmødre, der virkelig veed, om de give deres Familier en styrkende Kost eller ej. Men hverken i Norge

eller her i Landet findes der endnu en eneste Kogebog, der paa en fornuftig Maade er indrettet med disse Forhold for Øje. Først naar der i Kogebogen ved Siden af de enkelte Retter staar anført deres Næringsværdi, deres Evne til at tilføre Legemet Kræfter, bliver det muligt for Husmoderen uden større Ulejlighed at danne sig et Skjøn over, om den Kost, som hun bruger, er styrkende eller ej.

Næsten alle Husmødre nære en ubetinget Tillid til Æg som et i høj Grad styrkende Næringsmiddel. I det følgende kan det derfor maaske være praktisk at sammenligne forskjellige andre Fødemidlers Næringsværdi med Æggets. Et Æg af Middelvægt (50 Gram, 10 Kvint) svarer til 70 Varmeenheder. Skulde en voxen Mand dække sit daglige Forbrug af Energi (3000 Varmeenheder) alene ved Nydelsen af Æg, vilde han behøve 40 Æg daglig.

En Pot sød Mælk svarer i Næringsværdi til 10 Æg (henved 700 Varmeenheder).

En voxen arbejdende Mand vil altsaa have sit Energiforbrug (3000 Varmeenheder) dækket af 4 Potter Mælk, medens en sengeliggende Mand kan nøjes med 3 Potter sød Mælk eller med en Pot Fløde (omtrent 2000 Varmeenheder).

Et Stykke hugget hvidt Sukker (5 Gram = 1 Kvint) svarer til 20 Varmeenheder. Der skal følgelig kun 3—4 Stykker til for at tilføre et Menneske en ligesaa stor Næringsværdi som den, der tilføres ved Nydelsen af et Æg.

Endnu skal blot nævnes et Exempel paa den Energimængde, som findes i en af de mere almindelig brugte Kjødretter. En sædvanlig Bøf af magert Oxekjød vejer omtrent $^1/_4$ Pund (125 Gram) og har omtrent samme Næringsværdi som 2 Æg, medens en ligesaa stor Bøf tillavet af et Stykke fedt Oxekjød omtrent svarer til 5 Æg.

Dette Exempel viser tillige, hvilken stor Rolle det spiller, om en Kost er fed eller mager. Man ser, hvor langt lettere det er at tilføre et Menneske rigelig Energi gjennem en fedt tillavet end gjennem en magert tillavet Kost.

De her fremdragne smaa og spredte Exempler have forhaabentlig givet Læseren en Forestilling om, hvilke Betragtninger og Beregninger der bør lægges til Grund for Spørgsmaalet om en Kosts større eller mindre Næringsværdi. Den gamle Paastand, at en af Aarsagerne til Mændenes Drikkeri er Konernes uforstandige Madlavning, er i flere Tilfælde neppe helt uden Berettigelse, og forstandig bliver vor Madlavning først den Dag, da vore Husmødre ikke alene veed, om den Kost, som de tilberede, er styrkende eller ej, men tillige have faaet Forstaaelse af, hvor megen Styrke der er i den."

Indhold:

Kjøbenhavn 1903.
Udgivet og forlagt af **Anthon L. Skanchy,** Korsgade 11. N.
Trykt hos F. E. Bording (V. Petersen).